

**PRORAČUNSKI KORISNIK: CENTAR ZA PRUŽANJE USLUGA U ZAJEDNICI
ZDRAVI GRAD POREČ-PARENZO**

DJELOKRUG RADA:

Centar u okviru svoje djelatnosti obavlja stručne poslove pružanja psihosocijalne podrške pojedincima, obiteljima i grupama, promociju zdravih životnih stilova, programe vezane uz napređenje zdravlja i kvalitete života u zajednici te druge poslove i zadaće usmjerene unapređenju mentalnog zdravlja, psihosocijalne stabilnosti, razvoju ljudskog resursa zajednice te unapređenju zdravlja ljudi uopće.

U Centru Zdravi grad Poreč-Parenzo obavlja se i opći poslovi vezani uz planiranje, rukovođenje i upravljanje za zdravlje od posebnog interesa za grad Poreč i njegove stanovnike.

Obavljanje poslova i realizacija osnovne djelatnosti ustrojava se u dvije programske cjeline:
-stručni psihosocijalni programi i programi unapređenja zdravlja uopće,
-administrativno tehnički poslovi.

U okviru programske cjeline *stručni psihosocijalni programi i programi unapređenja zdravlja* koordiniraju se i obavljaju svi stručni poslovi i zadaci vezani uz osnovnu djelatnost.

Djelatnost se realizira osiguravanjem lokalnih programa/projekata za podršku rastu i razvoju ljudskog potencijala zajednice, pružanjem psihosocijalne podrške stanovnicima grada (savjetovanjem/psihoterapijom, dostupnost telefonom, mailom), osiguravanjem sigurnosti u zajednici, jačanjem socijalnih mreža i socijalnog kapitala zajednice, podizanjem razine znanja i svijesti o značaju zdravih životnih izbora i navika, osiguravanjem zaštitnih ekološko zdravstvenih čimbenika te kontinuiranim praćenjem prioritarnih zdravstvenih potreba u lokalnoj zajednici. Programi osiguravaju nad standard zaštite zdravlja u zajednici u najširem smislu te omogućavaju da se u Poreču kontinuirano utječe na stvaranje zdravijeg i kvalitetnijeg okruženja za život.

U okviru cjeline *administrativno tehničkih programa* organiziraju se i obavljaju opći, pravni i kadrovski poslovi, poslovi ostvarivanja prava radnika i korisnika, računovodstveni i knjigovodstveni poslovi, poslovi održavanja prostora u funkciji i drugi poslovi administrativno tehničke prirode značajni za rad Centra.

ZAKONSKA OSNOVA:

- Zakon o lokalnoj i područnoj (regionalnoj) samoupravi („Narodne novine“ broj 33/01,60/01,129/05,109/07,125/08,36/09,150/11,144/12,19/13,137/15),
- Zakon o ustanovama („Narodne novine“ broj 76/93,29/97,47/99 i 35/08),
- Zakon o socijalnoj skrbi („Narodne novine“ broj 157/13,152/14,99/15,52/16 i 16/17)
- Propisi strukovnih komora RH (Hrvatska psihološka komora, Hrvatska liječnička komora i druge)

FINANCIJSKI PLAN ZA 2018. – 2020. GODINU:

Za ostvarenje programa Centra za pružanje usluga u zajednici Zdravi grad Poreč-Parenzo u razdoblju od 2018. do 2020. godini planirano je :

Naziv programa	Proračun 2017.	Proračun 2018.	Projekcija 2019.	Projekcija 2020.
Javne potrebe u socijalnoj skrbi	1.511.631,00	1.840.000,00	1.840.000,00	1.840.000,00

Program Centra za pružanje usluga u zajednici Zdravi grad Poreč-Parenzo ostvaruje se kroz 2 aktivnosti i to:

- **Projektni ured – stručno, administrativno i tehničko osoblje**

- Programske aktivnosti Centra Zdravi grad.

Za ostvarenje aktivnosti planirana su u razdoblju od 2018. do 2020. godine sljedeća sredstva:

Naziv aktivnosti	Proračun 2017.	Proračun 2018.	Projekcija 2019.	Projekcija 2020.
Projektni ured – stručno, administrativno i tehničko osoblje	911.496,00	1.193.000,00	1.193.000,00	1.193.000,00
Programske aktivnosti Centra Zdravi grad	600.135,00	647.000,00	647.000,00	647.000,00
UKUPNO	1.511.631,00	1.840.000,00	1.840.000,00	1.840.000,00

CILJEVI PROGRAMA:

- osnaživanje ljudskog resursa zajednice;
- psihosocijalna podrška ranjivim skupinama građana (siromašni, bolesni, stariji, osobe s invaliditetom, osobe s poremećajima ponašanja, samohrani roditelji, ovisnici ..i dr.);
- prevencija društveno neprihvatljivih i rizičnih ponašanja (nasilje, ovisnosti.. i dr.);
- unapređenje psihosocijalnih, ekoloških i drugih čimbenika zaštite zdravlja u zajednici;
- promocija zdravlja, zdravih životnih izbora i navika;
- umrežavanje u zajednici, poticanje socijalne kohezije, stvaranje socijalne mreže podrške.

POKAZATELJI USPJEŠNOSTI:

- održivost lokalnih programa koji osiguravaju nad standarde iz oblasti psihosocijalne zaštite i zaštite zdravlja uopće,
- realizacija i implementacija programa koji dokazuju svoju učinkovitost,
- ekonomičnost i dostupnost programa za građane Poreča,
- postojan i/ili povećan broj korisnika programa i usluga,
- kapacitet ustanove za razvoj novih zaštitnih preventivnih programa u skladu s procjenom specifičnih potreba u zajednici,
- pozitivni pokazatelji iz procesnih evaluacija u radu s korisnicima (funkcionalni pomoci pojedinca i obitelji);
- pozitivni pokazatelji evaluacija preventivnih programa koji osiguravaju generacijski obuhvat djece , mladih i važnih odraslih u njihovu okruženju,
- procesne promjene životnih navika građana Poreča (porast broja građana koji prepoznaju i usvajaju zdrave životne navike -hodanje, trčanje, vožnja bicikle, zdrave navike hranjenja i dr.),
- planiranje i upravljanje za zdravlje u zajednici (pisani dokumenti, planovi za zdravlje).

OPIS AKTIVNOSTI:

Aktivnosti:

Projektni ured – stručno, administrativno i tehničko osoblje

U projektnom uredu prikazuju se, vode i koordiniraju svi poslovi ustanove kako poslovi i zadaci stručnih djelatnika iz oblasti psihosocijalne zaštite tako i stručni poslovi upravljanja, rukovođenja, administrativni, računovodstveni i drugi tehnički poslovi. Projektni ured, u kojemu rade i djeluju svi zaposlenici ustanove, stvara uvjete za realizaciju svih specifičnih programskih aktivnosti ustanove te za uključivanje u suradnju partnerskih organizacija i vanjskih suradnika u cilju formiranja visoko stručnih multidisciplinarnih timova.

Projektni ured ima karakteristike:

- Informativnog punkta za građane koji nastoje zadovoljiti svoje potrebe (za pomoći i podrškom, psihosocijalnom rehabilitacijom, za volonterskim uključivanjem,

usmjeravanjem i osiguravanjem najbržeg puta kojim će dobiti odgovore na razna pitanja);

- „Inkubator ideja“ u vidu otvorenosti za iniciranje i razvijanje novih područja djelovanja te za podršku novim kreativnim putovima unapređenja zdravlja u zajednici,
- Istraživački centar iz kojeg se osmišljavaju ispitivanja potreba građana, te temeljem istih utvrđuju generalni pravci djelovanja i prioritete za zdravlje u zajednici,
- Centar koordinacije, povezivanja, suradnje horizontalno na razini zajednice i vertikalno sa Istarskom županijom, Hrvatskom mrežom zdravih gradova (HMZG) , Europskom mrežom zdravih gradova,
- Stručni koordinacijski centar iz kojeg se upravlja za zdravlje u zajednici (kreiranje strateških dokumenata za zdravlje Grada Poreča-Parenzo) i odgovorno zagovara skrb za zdravlje građana, socijalni razvoj zajednice kao trajnu vrijednost i opredjeljenje Grada Poreča-Parenzo u odnosu na vlastite stanovnike,
- Centar međusektorske suradnje i umrežavanja postojećih državnih sustava RH i civilnog sektora u cilju stvaranja socijalne mreže podrške u zajednici i kreiranju lokalne politike zdravlja i socijalne stabilnosti,
- Osigurava infrastrukturu za operacionalizaciju i realizaciju lokalnog projekta Zdravi grad Svjetske zdravstvene organizacije (SZO).

Programske aktivnosti Centra Zdravi grad

Projektini ured Zdravog grada Poreč-Parenzo i svi njegovi djelatnici osiguravaju razvoj programskih aktivnosti prema prioritetima za zdravlje u zajednici, prateći prioritete za zdravlje Istarske županije, Nacionalne strategije RH, europske i svjetske trendove i spoznaje te smjernice upravljanja za zdravlje SZO. Zdravlje je danas najčešće razmatrana ekonomska kategorija o kojoj raspravljaju ekonomski stručnjaci jer je svako liječenje skupo i neizvjesno, a prevencija bolesti najisplativiji i najbolji put za svakog čovjeka/zajednicu/državu. U konačnici samo zdravi i radno sposobni ljudi mogu osiguravati gospodarski razvoj svoje zajednice.

U realizaciji programskih aktivnosti stručni tim Zdravog grada Poreč-Parenzo realizira suradnju sa vanjskim edukatorima, supervizorima te vanjskim stručnim suradnicima na projektima/programima u cilju podizanja kvalitete rada (slijedeći zakonsku regulativu i propise strukovnih komora), poštivanja principa cjeloživotnog učenja u pomagačkim strukama te formiranja stručnih educiranih multidisciplinarnih timova.

Sredstva u okviru programskih aktivnosti planiraju se za sljedeće programe:

Program	Proračun 2017.	Proračun 2018.	Projekcija 2019.	Projekcija 2020.
Savjetovalište za djecu, mlade, brak i obitelj	235.341,00	236.000,00	236.000,00	236.000,00
Povjerenstvo „Zajedno protiv ovisnosti“	110.022,00	131.000,00	131.000,00	131.000,00
Program „Mladi“	39.502,00	39.000,00	39.000,00	39.000,00
Program Centra za prevenciju i vanbolničko liječenje	65.728,00	84.000,00	84.000,00	84.000,00
Terapijska zajednica za liječenje ovisnika o alkoholu	32.723,00	38.000,00	38.000,00	38.000,00
Promjena ponašanja kod osoba s prekomjernom težinom	78.119,00	85.000,00	85.000,00	85.000,00
Programa zdravlja i ekologije (ambrozija, životinje i zdravlje)	19.200,00	18.000,00	18.000,00	18.000,00
Motovunska škola zdravlja	9.000,00	9.000,00	9.000,00	9.000,00
Krizne intervencije kod težih nesreća s više poginulih	9.500,00	6.000,00	6.000,00	6.000,00
Suradnja sa HMZG-ispitivanje potreba	1.000,00	1.000,00	1.000,00	1.000,00

ranjivih skupina				
UKUPNO	600.135,00	647.000,00	647.000,00	647.000,00

Opis programa:

Program: Savjetovalište i psiho-socijalno-zdravstvena skrb

Zdravi grad Poreč – Parenzo osigurava pomaganje i savjetovanje te psihosocijalnu podršku u okviru gradskog psihološkog savjetovališta za djecu, mlade, brak i obitelj. Lokalno savjetovalište ima karakter centra univerzalne (opće) prevencije usmjerene osnaživanju ljudskog resursa u zajednici uopće, ali i centra selektivne prevencije usmjerenog prihvaćanje ranjivih skupina građana i građana u riziku. Porečko savjetovalište je prvo gradsko savjetovalište u RH. Godinama se profilira u respektabilan centar mentalnog zdravlja za Poreč, Poreštinu i sjeverozapadnu Istru. Temeljem razvojnog puta porečkog savjetovališta duljeg od 20 godina tijekom 2016./2017. porečko se savjetovalište profiliralo kao suportivni koordinacijski centar Istarske županije za zaštitu mentalnog zdravlja i unapređenje rada savjetovališta Istre. Mentalno zdravlje (i bolesti) predstavljaju najveći izazov 21. stoljeća za SZO. Depresija će biti najučestalija dijagnoza 21. stoljeća te će do 2030. prema procjenama SZO preteći i kardiovaskularne bolesti. Već danas Hrvatski zavod za javno zdravstvo (HZJZ RH) evidentira da su najpropisivaniji lijekovi u RH antidepresivi te da je 25% ukupnog bolničkog pobola otpada na oboljele od mentalnih bolesti. Cilj razvoja savjetovališnih usluga je pružanje psihosocijalne podrške ljudima u zajednici i njihovo osnaživanje u svim životnim situacijama. Savjetovališta odgovaraju na suvremene zahtjeve života i rada ljudi, na nove rizične čimbenike te tako osiguravaju zaštitu pojedinaca i zajednice u cijelosti. Programski segmenti porečkog savjetovališta su: ginekološko savjetovalište za mlade, programi osnaživanja mladih parova u pripremi za roditeljstvo, pružanje podrške roditeljima u svladavanju odgojnih strategija, rad s rizičnim skupinama mladih i odraslih, pružanje podrške bolesnim osobama i/ili članovima obitelji, osobama s invaliditetom, osiguravanje podrške kod gubitaka tijekom procesa žalovanja te provođenje kriznih intervencija u zajednici (katastrofe, nagle smrti, oružane pljačke ..). U savjetovalištim se savjetovanjem i/ili psihoterapijom osigurava podrška svim pojedincima i obiteljima u poteškoćama i raznim razvojnim krizama. Poznato je da i veoma zdrave, inače dobro prilagođene osobe, u stresnoj situaciji mogu postati neuspješne i zatrebati pomoć i podršku. Bolesti, tragedije, psihološke traume, invaliditet, loša socio ekonomska situacija, gubitak ili promjena posla i mnogi drugi čimbenici mogu pojedinca i čitavu obitelj učiniti potpuno nefunkcionalnom. Mogućnost da se u okviru lokalne zajednice osiguraju uvjeti za direktni kontakt s građanima radi unapređenja njihova osjećaja uključenosti, osobne kompetentnosti te radne i životne funkcionalnosti predstavlja nad standard brige za zdravlje i dugoročni ulog u razvoj zajednice. Praćenje pokazatelja SZO ukazuje na to da mentalne teškoće najčešće imaju osobe dobi 20 do 59 godina, dakle radno aktivno stanovništvo. Pomoć u porečkom Savjetovalištu pruža s esvim dobnim skupinama, a najučestalije stanovnicima odrasle dobi (27-50 godina). Navedeno nameće obvezu osiguravanja podrške ljudskom potencijalu zajednice u cilju olakšavanja osobnog funkcioniranja, brige za obitelj, spremnosti za rad te radi podizanja razine psihofizičkog zdravlja svakog stanovnika/obitelji naše lokalne zajednice.

Program: Povjerenstvo „Zajedno protiv ovisnosti“

Sveobuhvatni program prevencije ovisnosti i rizičnih ponašanja djece i mladih za Grad Poreč-Parenzo naziva "Zajedno protiv ovisnosti" specifičan je na razini čitave države. Ovim programom porečki stručnjaci i Grad Poreč-Parenzo su partnerski intenzivirali sustavnu skrb za djecu i mlade u području suzbijanja rizika za njihov nesmetan rast i razvoj. Cilj rada Povjerenstva i realizacije preventivnih programa u zajednici je djelovanje na rizike rasta i razvoja mladih te pojačavanje segmenta zaštite zajednice u odnosu na mlade naraštaje. U

Povjerenstvu su okupljeni predstavnici svih relevantnih institucija Grada Poreča-Parenzo koje skrbe o djeci i mladima na različite načine (vrtići, škole, Zdravi grad, Centar za socijalnu skrb Poreč, Istarski domovi zdravlja – ispostava Poreč, policija, civilni sektor i dr.), kako bi mogli kompetentno sudjelovati u osmišljavanju i realizaciji sadržajnih segmenata sveobuhvatnog preventivnog programa za Grad Poreč-Parenzo. Osnovna zadaća ovog gradskog Povjerenstva je utvrđivanje smjernica za izradu i operacionalizaciju Programa “Zajedno protiv ovisnosti“ te njegova realizacija na razini lokalne zajednice. Program se u praksi provodi kroz odgojno obrazovne institucije, kroz aktivnosti i programe Zdravog grada Poreč-Parenzo, te kroz zajednicu gradeći socijalnu mrežu podrške koju čine gradske udruge, institucije i društva, a osigurava zaštitne čimbenike zajednice za rast i razvoj djece i mladih Poreča.

Program se sastoji od sljedećih segmenata:

- edukacija djece i mladih usmjerena njihovu zdravom rastu i razvoju,
- poučavanje važnih odraslih u okruženju djece i mladih (roditelja, odgajatelja, učitelja, voditelja udruga, trenera) koji pružaju podršku njihovu rastu putem generacijskog obuhvata (edukacije i radionice u školi), edukacije za roditelje, odgajatelje i nastavnike i dr.
- educiranje gradskih stručnjaka koji u zajednici realiziraju psiho socijalne programe te stvaranje lokalnog resursa profesionalaca u cilju učinkovitosti, ekonomičnosti i održivosti lokalnih programa za zdravlje,
- podrška programima za kvalitetno organizirano slobodno vrijeme djece i mladih ali i svih stanovnika Poreča (tiskanje vodiča za djecu i roditelje u cilju upućivanja na važnost pravilnog organiziranje slobodnog vremena, promocija radionica za mlade tijekom ljeta , ljetni kamp, podrška mladim voditeljima, educiranje djece u sportskim klubovima, Klub umirovljenika, rekreacija za odrasle...i dr.),
- provođenje preventivnih i socijalnih akcija (univerzalna prevencija); savjetovališna podrška i programi za djecu u riziku (selektivna intervencija) i druge preventivne i humanitarne aktivnosti u zajednici.

Program: Mladi

Specifičan program koji obuhvaća univerzalnu (opću) i selektivnu (specifičnu) prevenciju – Volonteri Zdravog grada Poreč „Vršnjak pomagač“, zamišljen je kao višegodišnji kontinuirani rad s motiviranim srednjoškolcima te njihovo educiranje za volonterski rad i pripremanje za ulogu vršnjaka pomagača. Godišnje se u programu educira 40–tak mladih. Cilj programa je djelovati na osobni rast i razvoj, osnaživanje mladih osoba u periodu adolescencije, te njihovo jačanje za ulogu pomagača i nosioca socijalnih i preventivnih akcija u lokalnom okruženju. Posljednjih godina program je u skladu s interesom mladih jače usmjeren na realizaciju različitih novih, samostalnih, mini projekata mladih u zajednici kojih su mladi samostalni nosioci te direktni sudionici, ali i kreatori društvenog života grada (Festival mladih, kreativne radionice, sezonsko zapošljavanje mladih, okrugli stolovi, kvizevi znanja i dr.). Evaluacije programa pokazuju da isti ima zaštitni učinak za mlade koji su uključeni u program.

Evaluacijom programa višekratno su identificirani pozitivni učinci projekta Mladi volonteri na osobni rast i razvoj mladih u vidu :

- ostvarivanja individualnih ciljeva i napretka (sudjelovanje u programu mladim volonterima značajno pomaže u razvijanju socijalnih vještina te ostvarivanju individualnih ciljeva i napretka kao npr. bolje razumijevanje sebe i drugih, bolje vještine komuniciranja, spremnost za traženje pomoći, pozitivno razmišljanje o sebi i drugima, veće samopoštovanje, nalaženje pozitivnog u drugima, spremnost za rješavanje sukoba),
- volonteri su češće birani kao osobe kojima bi se vršnjaci obratili s punim povjerenjem u situacijama kada bi im pomoć bila potrebna,

- neki od dugoročnih pozitivnih ishoda programa su: osobna dobit, zdrava i sigurna ponašanja, viša akademska postignuća, bolje socijalno-emocionalno funkcioniranje, veća spremnost za pomaganje, bolje razumijevanje i prihvaćanje drugih, pozitivan stav prema suradnji, veće samopoštovanje, stalna želja za oplemenjivanjem života.

Program: Centar za prevenciju i vanbolničko liječenje ovisnosti

U Centru za prevenciju i vanbolničko liječenje ovisnosti Grada Poreča realizira se program usmjeren suzbijanju (prevenciji) bolesti ovisnosti i liječenju ovisnika o drogama u izvanbolničkom tretmanu u lokalnoj zajednici za područje Poreča, poreštine i sjeverozapadne Istre. Program Centra se organizacijski realizira kroz savjetovanište Zdravi grad Poreč -Parenzo, a operativno u suradnji savjetovaništa Zdravog grada (selektivna intervencija) i projektnih partnera (Istarski domovi zdravlja - Ispostava Poreč , Zavod za javno zdravstvo Istarske županije – Služba za mentalno zdravlje, Centri u RH i dr .). Cilj rada s ovisnicima je prihvat i rehabilitacija te destigmatizacija problema ovisnosti radi zaštite mladih u okruženju. U procesu liječenja ovisnika koristi se pristup Nacionalne strategije – te kombinira medicinski pristup i psihoterapijski tretman ovisnika i članova obitelji. Centar osigurava dostupnost iznimno ranjivoj skupini (ovisnici o drogama i eksperimentatori) što je temeljni princip hzumanosti u radu s ovom populacijom bolesnika i prvi uvjet za kontrolu i suzbijanje ovisnosti u okruženju zajednice. Učinkovitost rada se procjenjuje individualno (psihološkim instrumentarijem, zdravstvenim pokazateljima, procjenom smanjenja rizika u odnosu na zaštitu po svim segmentima života svakog korisnika) te epidemiološkim praćenjem pokazatelja za ovisnike u tretmanu na razini grada i šire. Centar je mjesto gdje se javljaju ovisnici, eksperimentatori i članovi njihovih obitelji. Promjene zakonodavstva RH, točnije Zakona o zdravstvenoj zaštiti, posljednjih godina na različite načine otežavaju organizaciju rada s ovisnicima u hrvatskim uvjetima. No usprkos navedenom porečki Centar nastavlja s radom sa radom te osigurava prihvat, liječenje, podršku i resocijalizaciju ovisnika u neposrednom okruženju zajednice što je najviši standard zaštite kojeg zajednica i profesionalci ovoj ranjivoj skupini mogu osigurati. Porečka je vizija i misija i nadalje osiguravanje podrške ovisnicima u neposrednom okruženju kako bi bila dostupna i učinkovita jer se radi o jednoj od najranjivijih skupina građana.

Program: Terapijska zajednica liječenih alkoholičara

Alkoholizam je najčešća ovisnost u svijetu i jedan je od najvećih javno zdravstvenih problema današnjice, posebno u zapadnom svijetu. Ovisnost o alkoholu je bolest. Potrebno ju je liječiti kao i svaku drugu kroničnu bolest. Liječenje ove bolesti ovisnosti izrazito je teško i kompleksno jer bolest pogađa čitavu obitelj. Porečki program liječenja u van bolničkim uvjetima baziran je na individualnoj, obiteljskoj i grupnoj psihoterapiji u okviru Terapijske zajednice za liječenje ovisnika o alkoholu pri Zdravom gradu. Cilj je što veći obuhvat ovisnika o alkoholu te njihova resocijalizacija kao i podrška čitavoj obitelji ovisnika, posebice djeci. Glavna karakteristika liječenja u Terapijskoj zajednici je grupni oblik rada sa stručnim voditeljima u kojima se ovisnici i članovi obitelji educiraju i osnažuju za odgovorne i zdravije životne izbore te apstinenciju. Terapijska zajednica, kao metoda izvanbolničkog, grupnog oblika rada maksimalno koristi terapijski potencijal bolesnika i podršku obitelji. Tako bivši ovisnici nakon dugoročnog osnaživanja i apstinencije mogu postati nestručni suvoditelji samoodržavajućih grupa te tako osnaživati sebe i druge vlastitim iskustvom i pozitivnom promjenom. Aktivna uloga u programu svakom korisniku programa tj. ovisniku u procesu liječenje iznimno koristi u promjeni ponašanja i doprinosi funkcionalnosti obitelji. Ovaj program je jedan od jedinstvenih lokalnih programa u RH, te ga je izuzetno važno dalje razvijati kao rijedak pozitivan primjer sustavnog i kontinuiranog liječenja ovisnika o alkoholu u lokalnoj zajednici u vanbolničkom tretmanu.

Program: Promjene ponašanja kod osoba s prekomjernom tjelesnom težinom

Danas se u stručnim krugovima govori o epidemiji debljine. Hrvati posljednjih godina u epidemiji debljine sustižu amerikance što je iznimno loš pokazatelj zdravlja nacije. Sve je više pretilih djece. Danas se zna da je čak 75% prekomjernog jedenja izazvano neugodnim emocijama i drugim emocionalnim stanjima te da hrana često biva način suočavanja s problemima. Pretilost je iznimno značajan rizik za zdravlje te vezuje uz sebe niz psiholoških i zdravstvenih teškoća. Prekomjerno jedenje dovodi do prekomjerne tjelesne težine, prekomjerne uhranjenosti ili pretilosti što je jedan od ozbiljnih rizika za kardiovaskularne bolesti i incidente ali i bolesti lokomotornog sustava. Osobe s prekomjernom težinom imaju loše prehrabene navike i sjedilački način života. Stoga je cilj stručno vođenih radionica u ovom programu redukcije tjelesne težine da polaznici mijenjaju svoje ponašanje i prehrabene navike, da prepoznaju i razumiju „emocionalno jedenje“ te da uvedu redovitu fizičku aktivnost. Ponuđeni program Zdravog grada u centar pažnje stavlja emocionalno prejedanje i modifikaciju ponašanja čitavih obitelji vezanu uz hranjenje. Zato se u grupnom radu, putem 20 radionica, tijekom 6 mjeseci i naknadnom podrškom putem grupe za samoodržavanje, nastoji prekinuti krug emocionalnog prejedanja i djelovati na promjenu ponašanja i životnih navika osoba s prekomjernom tjelesnom težinom. Posljedično, programom se djeluje na promjenu ponašanja i životnog stila osobe s prekomjernom tjelesnom težinom i čitavih obitelji. Posebnu vrijednost predstavlja činjenica što obitelj utječe zdravim načinom hranjenja na formiranje zdravih navika kod djece koja su u obitelji s problemom pretilosti također izložena prekomjernoj tjelesnoj težini i pretilosti. Evaluacijskim upitnikom 100% korisnika programa podržavaju isti, zadovoljni su postignutim rezultatima te žele dalje sudjelovati u realizaciji programa kao volonteri ili kao suvoditelji budućih radionica u grupama samopomoći. Ovaj program specifičan je na području Istre i RH jer se realizira u multidisciplinarnom timu stručnjaka (psiholog, liječnik, nutricionist, kineziolog) te sagledava problem prekomjerne težine kompleksno vodeći računa o različitim čimbenicima koji su u osnovi prekomjerne tjelesne težine. Program je posebno razrađen u segmentu za djecu, odrasle i za starije korisnike, jer razvojni procesi i metabolički procesi u raznim dobnim periodima determiniraju drugačiji pristup skidanju prekomjernih kilograma.

Grupni rad s osobama prekomjerne težine pokazuje se izrazito efikasnim zbog grupne dinamike i grupne podrške, no po potrebi i procjeni stručnjaka provodi se i individualni rad s korisnicima. Ovaj program profilirao je savjetovalište Zdravog grada Poreč-Parenzo u centar za poremećaje hranjenja. Opisani program se realizira u skladu s Nacionalnom strategijom i Županijskim prioritetima i planom za zdravlje. Programom se djeluje na redukciju tjelesne težine kao jednog od rizičnih čimbenika za kardiovaskularne bolesti i incidente.

Program: Zdravlja i ekologije (ambrozija, životinja, zdravlje i dr.)

Prateći spoznaje europskih i svjetskih studija utjecaja na zdravlje danas znamo da je zdravlje stanovnika jedne zajednice, u najširem smislu, uvjetovano različitim čimbenicima. Među ostalim je dokazano da zdravlje ljudi ovisi o ukupnoj uređenosti urbanog prostora za život i brojnih čimbenika okruženja koji utječu na zdravlje (suživot ljudi i životinja, suživot sa prirodom, kontrola alergeni i invazivnih biljaka u lokalnom okruženju i sl.). Uređenost prostora značajno može doprinijeti većoj kvaliteti života i zdravlja svih građana u zajednici na razne načine, od mogućnosti za nesmetano kretanje i rekreaciju u urbanom prostoru, kontrole zoonoza (bolesti životinja koje mogu preći na čovjeka), do selektivnog prikupljanja otpada, sadnje nealergenog bilja na javnim površinama, kontrole invazivnih alergeni biljaka u urbanom prostoru, do zdravog urbanog planiranja prostora i prilagođavanja prostora ranjivim

skupinama. Odgovornost ključnih ljudi u zajednici i svijest svakog građanina za brigu o okolišu, vlastitim kućnim ljubimcima, čistoći javnih prostora uopće (otpad, izmet pasa i mačaka...), za čuvanje vlastitih okućnica, selektivno zbrinjavanje otpada na „zelenim otocima“, osmišljavanje staza zdravlja i drugih rekreativnih sadržaja, čine dug i nezaobilazan put ka zdravlju zajednice i okruženja u cijelosti. Programima i projektima iz sfere ekologije i zdravlja, Zdravi grad Poreč-Parenzo ostvaruje svoj cilj povezivanja struke, građana i ključnih ljudi zajednice u cilju edukacije, senzibilizacije građana i kolektivnog podizanja svijesti o međuovisnosti prostora i zdravlja ljudi, o međuovisnosti skrbi za životinje u prostoru i zdravlja ljudi, o vezi zdravlja i održivih izvora energije te o odgovornosti svih sudionika života grada za zdravlje okoliša i zajednice u cjelini. U ovom programskom segmentu uloga Zdravog grada je koordinacija programa iz oblasti *ekologija i zdravlje* za Grad Poreč-Parenzo. Na taj način se osigurava optimalno korištenje lokalnih profesionalnih resursa, kontinuirano i stručno praćenje programa, supervizija, povezivanje i modifikacije te evaluacije programa u zahtjevnom segmentu lokalne brige za zdravlje građana u najširem smislu. Programi iz ove oblasti kojih je Zdravi grad samostalni nositelj su:

Ambrozija-opasnost iz prirode

Zdravi grad Poreč Parenzo je pred 10 godina započeo realizirati program praćenja i suzbijanja ove alergene vrste koja je jedna od najalergenijih biljaka u okruženje te značajno utječe na dišne smetnje stanovnika Poreča i porečkih posjetitelja. Tijekom 10 godina razvoja programa, mapiranja i uništavanja biljke stečeni su uvjeti za institucionalizaciju programa i širenje programa u Centar za invazivne vrste (CIV) koji bi od 2018. trebao početi djelovati pri Institutu za poljoprivredu i turizam Poreč. Razvoj CIV-e u poreču već dvije godine podržava i Zdravi grad jer se radi o specijaliziranom centru koji bi u perspektivi mogao pratiti različite rizike u okolišu (biljne i životinjske invazivne vrste) koji su važni za unapređenje informiranosti ali i zdravlja okoliša i stanovnika Poreštine. Upravo zato, ukoliko CIV započne sa radom u 2018. godini, Zdravi grad Poreč-Parenzo će dostignuća desetogodišnjeg rada, mape biljke ambrozije i sve druge pokazatelje praćenja prepustiti CIV-e s očekivanjem da će se ovdje program suzbijanja ambrozija ali i svih drugih invazivnih vrsta stručno i dugoročno pratiti te razvijati sveobuhvatno i cjelovito.

Temeljem 10 godina iskustva u radu na ovom programu a području grada Poreča, a i šire, nalazi se i raste biljka ambrozija – inače invazivni korov i izrazito jaki alergen. Problem sa ambrozijom se javlja u kolovozu i rujnu kada biljka cvate i polen te biljke izaziva jake alergijske reakcije što se poklapa s vrhuncem turističke sezone. Svaki deseti građanin RH alergičan je na ambroziju i u njezinu okruženju ima izrazite zdravstvene smetnje i potrebu za pomoći od strane medicinskih službi. Iste probleme imaju i posjetitelji Poreča i poreštine. Cilj programa je, u suradnji s nadležnim gradskim odjelima, ustanovama grada, poljoprivrednim inspektoratom, građanima otkriti područja s ambrozijom, pravovremeno je i primjereno uništiti te spriječiti daljnje širenje sjemena. Važan segment programa odnosi se na edukaciju stanovništva (letcima i stručnim prezentacijama voditelja programa) kako bi građani aktivno sudjelovali u otkrivanju biljke, bili u mogućnosti prepoznati biljku, dojaviti, ali i sami je suzbijati na vlastitim privatnim posjedima. Nakon godina provođenja projekta detektirano je više od dvadesetak lokacija ambrozije, kontaktirani su vlasnici, odnosno odgovorne osobe, te se kontrolira širenje biljke uz prethodno mapiranje i nadziranje svih lokacija na kojima se biljka kroz godine pojavljivala. Građani su informirani o problemu putem letaka, medija, predavanja i javnih prezentacija, kroz prezentacije eko grupama porečkih škola te zainteresirano i aktivno sudjeluju u provedbi projekta. Korisnici projekta su stanovnici Poreča i šire okolice, kao i svi turisti koji ljeti borave u Poreču u vrijeme širenja polena. Ovaj projekt je tijekom višegodišnje realizacije omogućio potpunu kontrolu ambrozije na našem području.

Zdravo urbano planiranje

Zdravo urbano planiranje te uključivanje teme zdravlja u rad i komunikaciju s predstavnicima tehničkih struka (projektantima, inženjerima građevine i dr.) su top tema Europske mreže zdravih gradova i važno područje rada Hrvatske mreže zdravih gradova (HMZG). Zdravi grad Poreč održava tečajeve zdravog urbanog planiranja već nekoliko godina u suradnji sa Zdravim gradom Vinkovci i Hrvatskom mrežom zdravih gradova u okviru Motovunske škole zdravlja i to u Poreču. Na taj način u svom okruženju intenzivno radi na podizanju spremnosti i senzibiliteta za zdravo urbano planiranje, a posebno za prilagođavanje urbanog prostora grada osobama s invaliditetom i ostalim ranjivim skupinama. Tečaj je prilika za povezivanje i suradnju stručnjaka koji mogu doprinijeti planiranju prostora sa značajnim pozitivnim utjecajem na zdravlje u vidu projektiranja rekreativnih zona, čuvanja zelenog prostora, projektiranje „pametnih kuća“, promociju energetske održivosti i sl. Istim projektom podiže se svijest predstavnika različitih struka, građana i ključnih ljudi u zajednici koji donose važne odluke. Rezultat svakog tečaja nove su spoznaje o značaju i mogućnostima prilagođavanja prostora našeg grada svim skupinama građana, konkretne prilagodbe prostora te svijest lokalnih urbanista o njihovu velikom i nezaobilaznom utjecaju na zdravlje ljudi u najširem smislu. Zdravi grad će i nadalje voditi projekt Zdravog urbanog planiranja u suradnji sa Gradom Porečom-Parenzo, HMZG i drugim projektnim partnerima.

Zdrav suživot ljudi i životinja

Program je usmjeren odraslima i djeci, a realizira se putem edukativno informativnih letaka, stručnih članaka, radio emisija u kojima se potiče odgovorno ponašanje ljudi prema životinjama i zdrav suživot ljudi i životinja. Naime, o zdravlju životinja uvelike ovisi zdravlje ljudi naročito kada su u neposrednom kontaktu. Danas ljudi imaju sve više kućnih ljubimaca koji postaju članovi obitelji. Stoga Zdravi grad Poreč-Parenzo i Grad Poreč-Parenzo s projektnim partnerima (Veterinarska bolnica Poreč, Veterinarski fakultet Zagreb, veterinarska inspekcija ..) razvijaju edukativni program *Ja i moj kućni ljubimac* baziran na podizanju svijesti građana o značaju podizanja razine kulture skrbi o kućnim ljubimcima. S druge strane dokazano se mijenja suživot ljudi i divljih životinja, mijenjaju se izvori hrane i drugi uvjeti za opstanak životinjskih vrsta što uvjetuje da dio divljih životinja poprima karakteristike urbanih životinja te počinju ugrožavati ljude (npr. galebovi).

Slijedom navedenog iz projektnog ureda Zdravog grada Poreč-Parenzo za Grad Poreč-Parenzo osigurava se stručna podrška i koordinacija slijedećih programa:

- Psi kao rezervoari opasnih zoonoza (kontrola kontaminiranosti javnih površina i dječjih pješčanika izmetom mačaka i pasa),
- Monitoring i kontrola galeba klaukavca i suzbijanje rizika za zdravlje ljudi,
- Edukacija djece i mladih iz oblasti selektivnog prikupljanja otpada te čuvanja prirode i životinjskih vrsta,
- Podrška osmišljavanju ideja i uređivanju eko šuma, edukativnih eko staza zdravlja na području Poreča.

Motovunska ljetna škola zdravlja

Radi se o ljetnoj školi zdravlja koja je više od 20 godina projekt Hrvatske mreže zdravih gradova (HMZG) i Istrske županije. Realizaciju projekta svih ovih godina podupiru najuspješniji zdravi gradovi Istre, prvenstveno Poreč. Posljednjih se godina ljetna škola ne održava isključivo u Motovunu te sve više poprima karakter Istarske škole zdravlja čemu značajno doprinosi realizacija projekata i tematskih cjelina škole u vrlo istaknutim zdravim gradovima kao što je to Poreč. Realizaciju dijela Motovunske (istarske) škole zdravlja uz HMZG i IŽ preuzima i Grad Poreč-Parenzo, a projekt koordinira Zdravi grad Poreč-Parenzo. Tečaj koji se realizirau Poreču već šest godina je Zdravo urbano planiranje. Navedeni projekt

ima podršku Svjetske zdravstvene organizacije (SZO) kroz znanstvene dokaze o značajnom utjecaju na zdravlje urbanog prostora svake zajednice i značajnoj ulozi urbanista u planiranju prostora koji je u funkciji zdravlja i zdravih životnih izbora..

Krizne intervencije

Psihološke krizne intervencije predstavljaju poseban vid intervencije u slučajevima iznenadnih nesreća u zajednici većih razmjera, prirodnih katastrofa i sl. koje traumatiziraju pojedince, ali i stručnjake u službama za pomaganje. Stručni tim Zdravog grada posjeduje edukaciju iz oblasti provođenja kriznih intervencija koju za RH provodi Hrvatsko psihološko društvo i tako stvara resurs educiranih pomagača na teritoriju RH. S obzirom da postoje edukacije stožera civilne zaštite i spašavanja Poreštine u kojima učestvuju i stručnjaci Zdravog grada Poreč-Parenzo, a i zahtjevi da službe spašavanja u slučaju potrebe dobiju pomoć i podršku tipa psiholoških kriznih intervencija u zajednici, tako je osmišljen i ovaj program. Osigurana su sredstva za edukaciju stručnjaka te sredstva za podršku pomagačima koji rade poslove sa visokom razinom stresa (vatrogasci, stožer zaštite i spašavanje, HMP ... i sl).

Suradnja sa HMZG- ispitivanje potreba ranjivih skupina

Hrvatska mreža zdravih gradova neprestano osmišljava istraživanja kojima se ispituju potrebe najranjivijih skupina, potiče nastajanje nacionalnih strategija, a sve u cilju zaštite i unapređenje zdravlja svih stanovnika RH. SZO posljednjih 20 godina sve više razvija znanstveni pravac koji se zove *Salutogeneza* (nasuprot patogeneze), a koji izučava čimbenike zdravlja, metode i tehnologiju da što veći broj ljudi slijedi put zdravlja i uopće ne razvije bolest. U ista promišljanja i nastojanja se uključuju zdravi gradovi, pa tako i Poreč. Tijekom godine HMZG će davati smjernice prema kojima će se istraživanja usmjeravati.

Tijekom 2017. i 2018. Zdravi grad Poreč-Parenzo će se sa HMZG uključiti u razradu platforme za izradu Nacionalne strategije ranog razvoja koja će osigurati uvjete za zdrav i nesmetan razvoj djece. Inicijativa se temelji na spoznajama i dokazima o tome da rani razvoj polaže temelje zdravlja tijekom života te na činjenici da djeca u ranom razvoju nemaju jednake mogućnosti. Zagovaranje izrade Nacionalne strategije ranog razvoja za izjednačavanje mogućnosti odvijat će se pod motom *Svako hrvatsko dijete je važno!*